نیشانەکانی نەخۆشیەکانی دڵ و دەمار

لە نەخۆشەکانی دڵ ودەماردا بەپێی رادەی نەخۆشی ئەو نیشانانەی خوارەوە دەبیندرێ:

هەناسە برکێ (پشووسواری– dyspnea): لەکاتی وەرزش یا پشوودان.

هەلماسینی مەچەک و قامیشەی پێ.

سینگ ئێشە(angina pectoralis).

گێژی و بێ هۆشی.

دڵەکوتە(palpitation).

ئەم مەسەلەیە دەبێ لەبەر چاو بگیرێ کە ئەم نیشانانە دەتوانن لەنەخوشیەکانی دیکەشدا ببیندرێن.

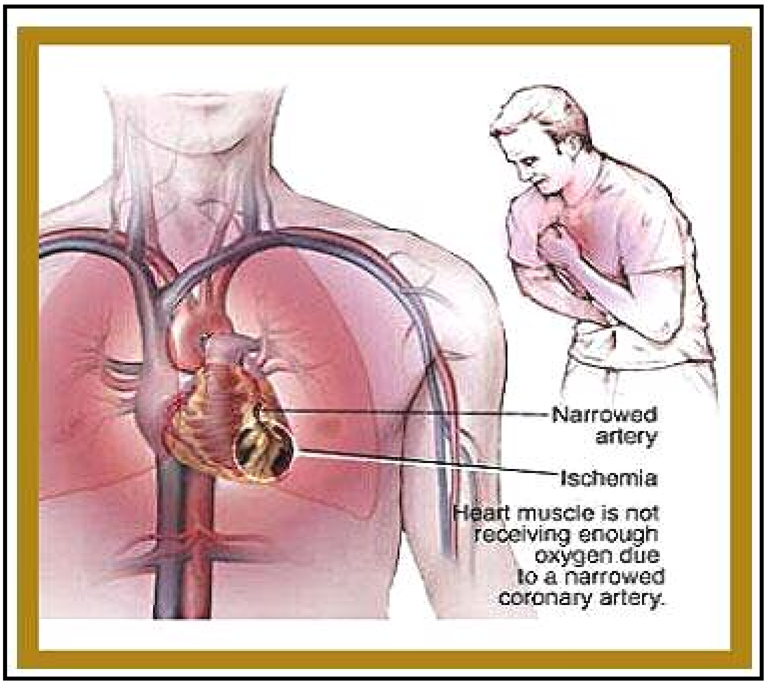
پشووسواری: ئەم حاڵەتە لەکاتی وەرزش و کاری قورس بەهۆی ئەوەی کە ماسوولەکانی لەش پێویستی زۆرتریان بەئۆکسیژن هەیە ئاساییە بەڵام لەحاڵەتی پشوودان و کار و ورزشی سوکدا،رەنگە نیشانەی نارەحەتی دڵ یا سییەکان بێ. سەرەکیترین هۆی هەناسە برکێ داماویی دڵە. دڵ ناتوانێ بە گوێرەی پێویست، خوێن بۆئەندامەکان رەوانە بکا، خوێنێکی کەمتر دەگاتە سییەکان ولەئاکامدا سیپەلک ناتوانێ بە گوێرەی پێویست ئۆکسیژن بۆگەرانی خوێن (blood circulation)بنێرێ و تراوێکی(fluid)زۆر لە سیەکاندا کۆدەبێتەوە وهەناسە برکێ پێکدێ.

هەڵماسینی مەچەک و قامیشەی پێ نیشانەی کۆ بوونەوەی تراو لە "بافتە" کاندایە. داماویی دڵ سەرەکیترین هۆی ئەم حاڵەتەیە. لەم حاڵەتەدا کاری پۆمپاژی دڵ لاواز دەبێ و بەشی چەپی دڵ توانایی ناردنی تەواوی ئەو خوێنەی کە لە دڵدایە نییە، و بەتەواوی خوێن بەتاڵ ناکرێ و لەبەشی راستی دڵیشدا خوێن قەتیس دەمێنێ ودەبێتە هۆی چوونە سەری گوشاری ناو گەرانی خوێن و ناردنی" تراو" بو ناو بافتەکان. هەڵماسینی مەچەک و قامیشەی پێ بەهۆی هێزی کێشەری زەوی کە تراو بەرەو خوار دەکێشێ زۆرتر دەبیندرێ.

سینگ ئێشە یەکیک لە سەرەکیترین نیشانەکانی نـەخۆشیەکـانی دڵـە کـە لەبەشەکانی تری ئەم نووسراویەدا زۆرتر باسی دەکەین.
گێژی بۆماوەی چەند چرکە شتیکی سروشتی و بی ئـازارە بـەڵام دووپـات بوونەوەی و بەردەوامی وێدەچێ نیشانده‌ری ناکۆکی کاری دڵ و دەماربێ.

بێ هۆش بوون. نەگەیشتنی کاتی خوێن لەمێشک دەبێتـە هـۆێ بـێ هـۆش بوونی کورتخایەن. راوەستانی درێژخایەن لە هەوای گەرمدا، ئیشی زۆر و راتەکانی (شۆک– shock) لە ناکاو لـەهۆیـەکـانی بـێ هـۆش بـوونی مـرۆڤن. جاروبـاریش نـارەحـەتـی دڵ وەک قفلکردنـی دڵ دەبێتـە هـۆی نەگیشتنی خوێن و ئوکسیژن بـە مێشک. بـێ هـۆش بـوونی کورتخایـەن لەکاتی وەرزش دا دەتوانێ نیشاندەری ناراحەتی و نەخۆشی دڵ بێ.

سینگ ئیشه (Angina Pectoralis)



ئانژین یا" ئێش" سەرەکیترین نیشانەی نەخوشی کرۆنێری دڵە(Coronary Heart Disease)کە لەکاتی وەرزش، کاریهێزکوژ، زۆرخۆری و گوشاری رۆحی لە ناوەوەی قەفەسەی سینگدا هەستی پێدەکرێ.

سینگئێشە بەهۆی لاسەنگی نێوان گەیشتنی ئوکسیژن بە ماسولکەی دڵ ونیاز و پێویستی کاری دڵ بە ئوکسیژن پێکدێ. نەگیشتنی ئۆکسیژن بەماسولکەی دڵ دەتوانێ بە هۆی تەنگبوونەوە یا گرژی(سپاسم – spasm) خوێنبەری کرونێری دڵ، کەم خوێنی(ئانێمی – anemia)، کەم بوونی ئوکسیژنی لەش (هایپۆکسی – hypoxia) یا نیازی دڵ بە ئوکسیژنی زیاتر لە کاتی تاکیکاردی (خێرالێدانی دڵ – tachycardia) چلٚک یا نەخۆشی تیروئید وەک تیرۆتاکسیکوز بێ (ئەو حاڵەتە کە بە هۆی پرکاری تیرۆئید چێ بووبێ– thyrotoxicosis).

هۆکارەکانی (فاکتۆرەکانی) نەخۆشی کرۆنێری دڵ:

- بەرز بوونی گوشاری خوێن.
- نەخۆشی شەکر (شەکرە).
- زێد بوونی چەوری نێو خوێن (بەرز بوونی کۆلسترۆلی خەراپ "LDL" و کەم بوونی کۆلسترۆلی باش "HDL").
- بنەماڵە یی یان میراتی(بوونی نەخۆشی دڵ بە تایبەت لە دایک و باوکدا).
- جگەرە کێشان.
- تەمەن(پیاوان دوای ٤٥ ساڵ و ژنان دوای ٥٥ ساڵ).
- جسنی نێرینە.
- قەڵەوی – ئەو کاتەی کە قورسایی لەش لە سە دی ٣٠ بنەماتێپەرێ.
- داتەپیوی(تەمبەڵی).
- خەمۆکی (دیپریسیون) بە تایبەت لە پیاواندا.
- چەوری خواردن.
- ژنان دوای وەستانی حاڵەتی ژنانە نەشۆری(یائیسەگی) بە هۆی کەم بوونی هۆرمۆنی ژنانەی ئسترۆژەن (بە مەسرەفی هۆرمۆنی ئسترۆژەن ئەم ریسکە تا رادەیک کەم دەکرەێتەوە).
- بەکارهێنانی خواردنەوەی کۆکائین (بۆ وێنە لە ئەمریکا پتر لە ٥ میلیون کەس کوکائین دەخۆنەوە . ساڵانە پتر لە ٦٤٠٠٠ هەزار کەس بەم هۆیە تووشی نارەحەتی کرۆنێری دڵ دەبەن).

نیشانەکانی نەخۆشی کرۆنێری دڵ:

- سەرهەڵدانی ئێش لە لای چەپ و یا نێوەراستی چەڵەمەی سینگ لە کاتی کاریا نائارامیدا(stress). بەردەوامی ئێش لە چەند دەقیقەوە تا ٣٠ دەقیقە دەخایەنێ و بە پشوودان و یان چەژتنی نیترۆگلیسیرین کۆتایی پێ دێ.

- ئێش بەرەو مل، دەست و دەفەی شانی چەپ دەکێشرێ و لـە کـەسـانێکدا پشووسواریی، عارەقە کردن، سەر ئێشە و دڵ تێکەڵی دەهێنێ.
- جاروبار تەنگەنەفەسی تەنیا نیشانەی نەخۆشی کرۆنێری دڵە.
- لە بەشێک لە نەخۆشەکان هیچ نیشانەیک نابیندرەێ.

چارەسەر کردن

بۆ بەرگری لە مەترسی پێکهاتنی نارەحەتـی کرۆنێـری دڵ پـێش هـەمـوو شتێک دەبـێ هۆکـارەکـانی کـۆنترۆل بکـرێ. پێشـنیار دەکـرێ ئـەم خاڵانـەی خوارەوە لە بەرچاو بگیرێ:

- نەکێشانی جگەرە.
- وەرزشی بەردەوام(پیاسـە کردنـی تونـد(خێـرا) بۆمـاوەی نیـو سـەعـات، چوار جار لە حەوتودا).
- دابەزاندنی قورسایی لەش.
- کۆنترۆڵی کۆڵسترۆڵی خوێن.
- کۆنترولی گوشاری خوێن.
- کۆنترۆڵی قەندی خوێن.
- دەرمانی ئەو نەخۆشیانەی کە دەبنە هۆی خەراپتر و زۆرتر کردنی ئیشی دڵ (وەک کەم خوێنی، کەم بوونی ئوکسیژنی لەش، پرکاری تیروئید).

چارەسەر کردنی نەخۆشی کرۆنێـری دڵ گرێـدراوە بـە رادەی بـەسـترانی خوێنبەرەکانی کرۆنێری و هۆکارەکانی پێکهاتنی گرفتەکەیە کە لـە ئاکامـدا بە نەشتەرگەری چارەی دەکرێ.
ئامانجی سەرەکی لە بەکار هێنانی دەوا بە چەشنی خوارەوەیە:

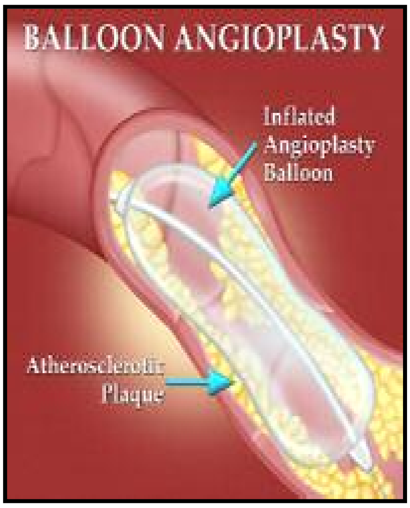
کارتێکەری دەوا و دەرمان

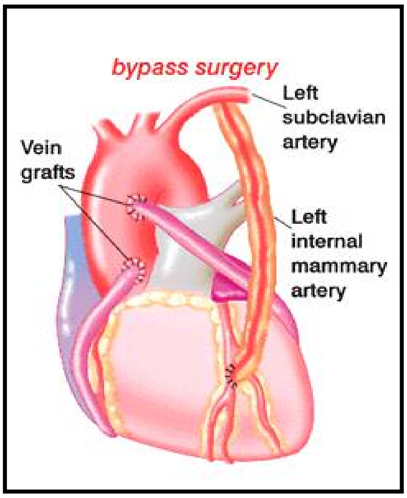
- بەرزکردنەوەی گەیاندنی ئوکسیژنی پێویست بە دڵ [بـەکـار هێنـانی ئـەو دەرمانانـە کـە دەبنـە هـۆی کرانـەوەی خوێنبـەری کرۆنێـری دڵ (گروپـی نیتراتەکان وەک نیترۆگلیسیرین "nitroglycerin")].

- کەمکردنەوەی پێداویستی دڵ بە ئۆکسیژن لە ڕێگای کەم کردنەوەی کاری دڵ(گرووپی بێتا بلۆکەرەکان وەک پرۆپرانۆلۆڵ "propranolol ").
- گەیاندنی ئۆکسیژنی پێویست بە دڵ، یان هێنانە خوارێی پێداویستی دڵ بە ئۆکسیژن (گرووپی بلوکە کردنی کاناڵی کەلسیوم وەک وراپامێل"verapamil").

بۆدەرمانی ئەو کەسانەی کە:

- لە سەدی ٥٠ی خوێنبەری سەرەکی لای چەپی دڵیان بەسترابێ،
- نەخوشی ٣ ڕەگیان بێ (پتر لە ٧٠ لە سەدی بەسترابێ)،
- لە پێوەندی لەگەڵ هاتنە خوارێی کاری بەشی چەپی دڵدا بن (وەنتریکولی چەپ – left ventricle) ، کەمتر لە ٥٠ لە سەد،



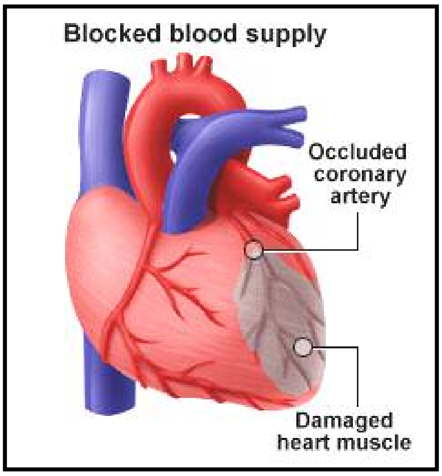


- بە تازەیی تووشی سەکتەی دڵ بووبن،
- سەرەڕای بەکارهێنانی دەوا لە حاڵەتی پشووداندا ئێشی بە ردەوامی دڵیان بێ،

لێرەدا لە نەشتەرگەری بای پەس (bypass surgery)و یا ئانژیوپلاستی (angioplasty)کەڵک وەردەگرترێ. لە ئانژیۆپلاستیدا لە ڕێگای خوێنبەرێکی دەست یا لاڕان(گەڵ) کاتەترێکی بالۆندار دەکرێتە نێوخوێنبەری کرۆنێر و بە با کردنی بالۆنکە ئەم ڕێگایە دەکرەێتەوە.

سەکتەی دڵ (شەپلە،جەڵتە)

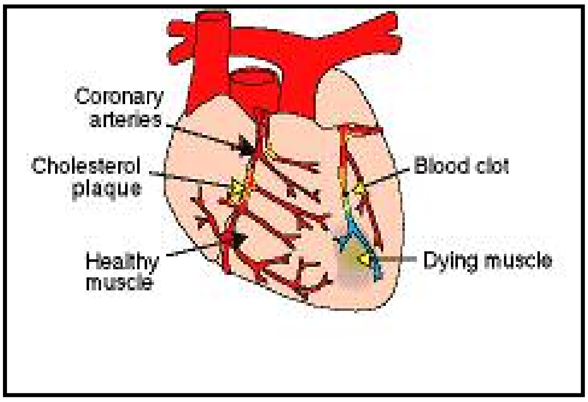
(Myocardial Infarction)



بەپێی راگەیاندنی ریکخراوەی بێهداشتی جیهانی" لە هەر ٥(چرکە) سانیەدا، لە جیهاندا نەفەریک توشی سەکتەی دڵ دەبێ". ساڵانە پتر لە یەک میلیۆن کەس لە ئەمریکا، زۆرتر لە ١٨٠ هەزارنەفەر لە بریتانیا و نزیک بە ٢٥٠ هەزار کەس لە ئالمان تووشی سەکتەی دڵ دەبن. ٣٠ تا ٤٠ لە سەدی ئەم نەخۆشانە لە ماوەی یەک تا ٤حەوتوی ئەوەڵدا دەمرەن. سەکتەی دڵ بە تایبەت پاش تەمەنی ٥٠ ساڵ زۆر باوە و بەپێی چوونە سەری تەمەن رێژەی مەترسی سەکتەی دڵ زۆرتر دبێ. سەکتەی دڵ لە پیاوان ٣ جار زۆرتر لە ژنانە.

بە بەسترانی رەگی خوێنبەری کرۆنێری ونەگەیشتنی خوێن بە بەشێک لەماسولکەی دڵ کە دەبێتە هۆی مردنی تان و پۆی دیواری دڵ – سەکتەی دڵ دەکوترێ. ئاکامی سەکتەی دڵ بە پێ پانایی بێ بەش بوونی ماسولکەی دڵ لە ئوکسیژن و رادەی تەنگبوونەوەی خوێنبەرەکانی کرۆنێری جیاوازە. ئەگەر رەگی خوێنبەری سەرەکی دڵ بەسترابێ،بەشێکی گەورە لە ماسۆلکەی دڵ تووشی ئازار دەبێ و ئیمکانی ئەوە هەیە نەخۆش دوای چەند دەقیقە

بمرێ، بەڵام ئەگەر رادەی تەنگبوونەوەی خوێنبەر کەمتر بێ یان تەنیا خوێنبەرە بچووکەکان بگرێتەوە بەشێکی کەمتر لە ماسولکەی دڵ زیان دەبینێ وئیمکانی زیندوو مانەوەی نەخۆش زۆرترە.



- ئەستوور و ڕەق بوونی خوێنبەری کرۆنێری.
- کرژی خوێنبەری کرۆنێری (ئەم حاڵەتە زۆرتر لە خووگرتن بەکۆکائین و یا ئآمفی تامین (amphetamine) ڕوودەدا) .
- ئامبۆلی کرۆنێری(بۆ وێنە جیا بوونەوەی دەڵەمەی خوێن لە دیوارەی رەگەکان و رویشتنی بەرەو دڵ دەتوانێ ببێتە هۆی بەستنی خوێنبەری کرۆنێری).
- هەوی خوێنبەری کرۆنێری (وەک ئاکامی نەخۆشی روماتیسمی جومگە –rheumatoid arthritis).
- بەرز بوونی خەستی خوێن وپێکهاتنی دەڵەمەی خوێن.
- *بۆ ئاگاداری لە هۆکارەکانی ریسک بروانە* هۆکارەکانی ریسک بۆ نەخۆشی کرۆنێری دڵ.

نیشانەکانی سەکتەی دڵ

- ئێش، ٦٠ هەتا ٦٥ لە سەدی نەخۆشەکان دوای کاری بەدەنی و لە کاتی پشوودانا تووشی ژانی کتوپڕ لە پشت چەڵەمەی سینگ دەبن. ئەم ئێشە بۆماوەی پتر لە نێو سەعات درێژە پەیدا دەکات و بە خواردنی نیترۆگلیسرین کۆتایی پێ نایە.

- ئـيش دەتـوانێ بـەرەو نێـوان دەفـەی دوو شـان، هـەر دوو دەسـت، مـل، شەویلکەی خوارێ، پشت وگەدە تەشەنە بکا.
- دڵ تێکەڵبوون.
- رشانەوە.
- پشووسواریی.
- دڵەکوتە.
- سەرەگێژە.
- یاو(تەب).
- بێ هۆش بوون.
- عارەقە وهەروەها دڵە راوکە وترس لە مردن، نیشانەکانی سەکتەی دڵن.

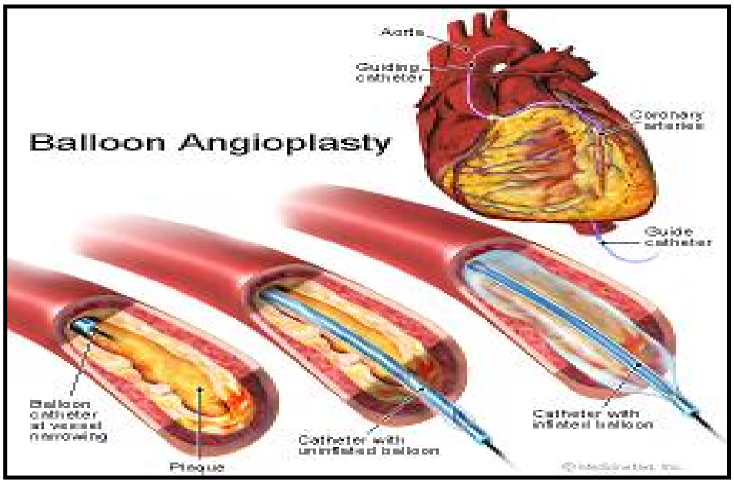
٢٠٪ی ئەوکەسانەی کە تووشی سەکتەی دڵ دەبن هـەست بـە ئـێش ناکەن بە تایبەت ئەوانەی کە نەخۆشی شەکریان هەیە.
لە ١٥٪ نەخۆشەکاندا هیچ نیشانەیک نابیندرێ .ئـەم حالـەتـە لـە ژناندا زۆرترە.

چارەسەری

نەخۆش بە هەست کردنی ئەم نیشانانە دەبێ هەر چـی زووتـر پێوەنـدی لەگەڵ دوکتور و یا بەشی فریاکەوتنی پزشکی بگرێ. چارەسەرکردنی خێرای ئەم حاڵەتە دەتوانێ باشترین ئاکامی ساخی و سلامەتی بە دواوەبێ.
ئەو کارانەی خوارەوە دەبێ بە خێرایی ئەنجام بدرێن:

- خواردنی ئاسپرین بۆ کەم کردنەوەی خەستیی خوێن و پێشگیری لە پێک هاتنی زۆرتری دەڵەمەی خوێن.
- گەیاندنی ئوکسیژن لەرێگای لوتەوە.
- بـەکارهێنـانی نیتراتـەکـان وەک نیترۆگلیسـیرین بـۆ کـەم کردنـی ژان وگرژی(spasm)خوێنبەری کرونێری و گەیاندنی ئۆکسیژنی زۆرتـر بە دڵ.
- ئازار شکێنی بەهێز وەک مۆرفین (morphine sulphate).

- دەوا وەک ستریپتوکیناز (streptokinase)بۆ لەناو بردنی خوێنی دەڵەمە و کردنەوەی ڕێگای خۆێنبەر.
- هێپارین (heparin)بۆماوەی چەند ڕۆژ بۆ پێشگیری لە پێکهاتنی دەڵەمەی خوێن.
- کاپتۆپریل (captopril) بۆ کردنەوەی ڕەگی خوێنبەر و گەیاندنی خوێن بە دڵ ،کەم کردنەوەی فشاری خوێن وهێنانەخوارێی ڕێژەی مردنی نەخۆش.
- کەڵک وەرگرتن لە دەوا لە گرۆپی بێتا بلوکر (وەک مێتوپرۆلۆل "metoprolol " بۆ هێنانە خوارێی پێداویستی دڵ بە ئوکسیژن و هەروەها دەرمان بۆ ڕێکوپێک کردنی کاری دڵ.
- ئانژیۆپلاستی بۆ پێشگرتن لە بەسرانی تەنگی ڕەگی خوێنبەری کرۆنێری ولەناو بردنی دەڵەمەی خوێن. لە ڕێگای خوێنبەرێکی دەست یا لاڕان(گەڵ) کاتەترێکی بالۆن دار دەکرێتە نێوخوێنبەری کرۆنێر و بە با کردنی بالۆنکە ئەم ڕێگایە دەکرەیتەوە.



- کەم کردنەوەی هەرچەشنە چالاکییەکی نەخۆش بە تایبەت لە ٢٤ سەعاتی هەوەڵدا.
- دەوای هێمن کەرەوە بۆ لە بەین بردنی سام و پەشێوی.